

LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Perbaikan Proposal

PERSETUJUAN PERBAIKAN SEMINAR PROPOSAL

Judul Proposal : UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH
GAYA MENGGANTUNG MELALUI MEDIA BOLA GANTUNG
PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 PALOPO
Nama Mahasiswa : RUDIANTO
NIM : 1685201028
Program Studi : PENJAS

Telah diseminarkan pada:
Hari/tanggal : jumat, 06 Maret 2020
Tempat : Universitas Muhammadiyah Palopo

Telah diperbaiki dan disetujui oleh:
Ketua Sidang,

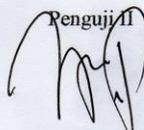

Rasyidah Jalil, S.Or., M.Kes
NIDN. 0920059202

Komisi Penguji,

Penguji I


Irsan Kalhar, M.Pd
NIDN. 0926048604

Penguji II


Imam Pribadi, S.Sos.I., M.Pd.I
NIDN. 0903068202


Ketua Prodi,
Abdul M.Ld.
NIDN. 0905038505

Lampiran 2. Surat Keterangan Izin Penelitian



**PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN
DINAS PENDIDIKAN
SMA PGRI WALENRANG**

Alamat : Kelurahan Bulu Kecamatan Walenrang Kabupaten Luwu (91951)

SURAT KETERANGAN

Nomor : 304/Dikpora/SMA/09/DS/2020

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sunandar Hasyim, ST
Jabatan : Kepala Sekolah

Memberikan izin Penelitian berdasarkan surat permintaan dari Universitas Muhammadiyah Palopo kepada :

Nama : Rudianto
NIM : 1685201028
Jurusan : Pendidikan Jasmani
Alamat : Desa Bolong, Kec Walenrang Utara Kab. Luwu

Demikian surat izin penelitian diberikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Walenrang, 19 September 2020

Kepala Sekolah



SUNANDAR HASYIM, ST

Lampiran 3. Silabus Penjaskes XII SMAS PGRI Walenrang

Form : 4/ IK 7.3.1/Penjas

SILABUS

Nama Sekolah : SMAS PGRI Walenrang
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas : XII
 Semester : Ganjil
 Standar Kompetensi :
 Alokasi Waktu :

1. Standar Kompetensi : Mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan yang sebenarnya dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya
2. Kompetensi Dasar : Mempraktikkan teknik atletik dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri

Indikator	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Metode	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber/ Bahan/Alat
<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan keterampilan Lompat Jauh 	<ul style="list-style-type: none"> • Lompat Jauh sering juga disebut juga lompat tiga yaitu jingkat (hop), langkah(step) dan Lompat (jump) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Secara bergantian siswa melakukan latihan irama jingkat ▪ Secara bergantian siswa melakukan latihan irama langkah. ▪ Secara bergantian siswa melakukan latihan irama lompat ▪ Secara bergantian siswa melakukan kombinasi latihan irama jingkat, langkah dan lompat 		Tes perbuatan	2 x 45'	Buku sumber: Gerry A. Carr,(2000), <i>Atletik Untuk Sekolah</i> , Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. Alat: stop watch, pluit, meteran, lapangan Lompat Jauh / Lompat Jauh
<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan gerak dasar atletik yang dimodifikasi lompat, loncat dan lempar dengan memperhatikan 	<ul style="list-style-type: none"> • Melompat tanpa awalan • meraih bola yang digantung - melompat dengan awalan - lompat jauh gaya 	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan lompat tanpa awalan • Melakukan melompat meraih bola yang digantung • Melakukan lompat jauh gaya menggantung 	<ul style="list-style-type: none"> • Tugas • Pengamatan 		2 x 45'	Buku sumber: Gerry A. Carr,(2000), <i>Atletik Untuk Sekolah</i> , Jakarta:

n nilai-nilai pantang menyerah, sportifitas, percaya diri dan kejujuran	menggantung - lapangan lompat jauh	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan lompat jauh gaya menggantung • Menggambar lapangan lompat jauh 				PT. Raja Grafindo Persada. Alat: stop watch, pluit, meteran, lapangan Lompat Jauh / Lompat Jauh
Karakter siswa yang diharapkan : <ul style="list-style-type: none"> • Disiplin (Discipline) • Tekun (diligence) • Tanggung jawab (responsibility) • Ketelitian (carefulness) • Kerja sama (Cooperation) • Toleransi (Tolerance) • Percaya diri (Confidence) • Keberanian (Bravery) 						

Walenrang, 21 September 2020

Mengetahui,

Kepala SMAS PGRI Walenrang

Guru Mata Pelajaran Penjas

SUNANDAR HASYIM, S.T.
NIP : 19650815 198608 2 001

RUDIANTO
NIM : 1685201028

Lampiran 4. Pengambilan Populasi & Sampel Siswa

NAMA SISWA KELAS XII IPAS-2
SMAS PGRI WALENRANG

No.	Nama	Jenis Kelamin
1	Umal	Laki-Laki
2	Asdir Tutun	Laki-Laki
3	Abdul Gangka	Laki-Laki
4	Gilton Yudha	Laki-Laki
5	Aldivan Pabeo	Laki-Laki
6	Nur Fajriah	Perempuan
7	Rio Febrian	Laki-Laki
8	Jumiani Isbah	Perempuan
9	Idul	Laki-Laki
10	Asrul	Laki-Laki
11	Nawang	Laki-Laki
12	Muhammad Alki	Laki-Laki
13	Ikram	Laki-Laki
14	Sainal	Laki-Laki
15	Riswan	Laki-Laki
16	Ihsan Ramadhan	Laki-Laki
17	Dainul Fitri	Perempuan
18	Arya Fadli	Laki-Laki
19	Rahman	Laki-Laki
20	Asrul	Laki-Laki
21	Jusram	Laki-Laki
22	Egi	Laki-Laki
23	Fahmi	Perempuan
24	Muhammad Zubair	Laki-Laki
25	Rendi Adi Prayudi	Laki-Laki
26	Dita	Perempuan
27	Nurfadillah	Perempuan
28	Mutmainna	Perempuan
29	Seni	Perempuan
30	Rahmatia Kantoli	Perempuan
31	Suci Nur Bulan	Perempuan
32	Salti	Perempuan
33	Resni	Perempuan
34	Preti Sinta	Perempuan
35	Resky Dating	Perempuan
36	Muhammad Didit	Laki-Laki
37	Hafifid	Laki-Laki
38	Herdilla Putri	Perempuan
39	Andika P.	Laki-Laki

Lampiran 5. RPP Siklus 1**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)
SIKLUS I**

Sekolah : SMAS PGRI Walenrang Kabupaten Luwu

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XII IPA-2 / Semester 1

Alokasi Waktu : 4 x 35 Menit

Standar Kompetensi :Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar :Mempraktikkan gerak dasar atletik yang dimodifikasi, lompat jauh serta nilai semangat, sportivitas, kerjasama, percaya diri dan kejujuran**)

A. Tujuan Pembelajaran :

1. Siswa dapat memahami gerak dasar lompat jauh
2. Siswa dapat melakukan lompat jauh gaya menggantung dengan teknik yang baik
3. Siswa dapat melakukan gerakan awalan yang benar
4. Siswa dapat melakukan gerakan tolakan yang benar
5. Siswa dapat melakukan gerakan melayang dan mendarat yang benar

B. Materi Ajar (Materi Pokok) :

1. Atletik / lompat jauh gaya menggantung

C. Metode Pembelajaran :

1. Materi dan Teori
2. Demonstrasi
3. Praktek

D. Langkah-langkah Pembelajaran :

1. Kegiatan Awal :

Dalam kegiatan Awal, guru melakukan : a

- Siswa dibariskan menjadi empat barisan
- Mengecek kehadiran siswa / Presensi
- Berdoa d. Menjelaskan kepada siswa tentang pembelajaran lompat jauh gaya menggantung menggunakan permainan bola gantung.
- Melakukan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti
- Mendemonstrasikan materi inti yang akan dilakukan/dipelajari

2. Kegiatan inti

Eksplorasi

- Melakukan gerak dasar teknik lompat jauh gaya menggantung menggunakan pendekatan permainan bola gantung.

Elaborasi

- Memfasilitasi peserta didik melalui pemberian tugas, diskusi, dan lain-lain untuk memunculkan gagasan baru baik secara lisan maupun tertulis.
- Memberi kesempatan untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut.

- Memfasilitasi peserta didik dalam pembelajaran kooperatif dan kolaboratif
- Memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar.
- Memfasilitasi peserta didik membuat laporan eksplorasi yang dilakukan baik lisan maupun tertulis, secara individual maupun kelompok
- Memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja individual maupun kelompok.
- Memfasilitasi peserta didik melakukan pameran, turnamen, festival, serta produk yang dihasilkan.

Konfirmasi

- Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

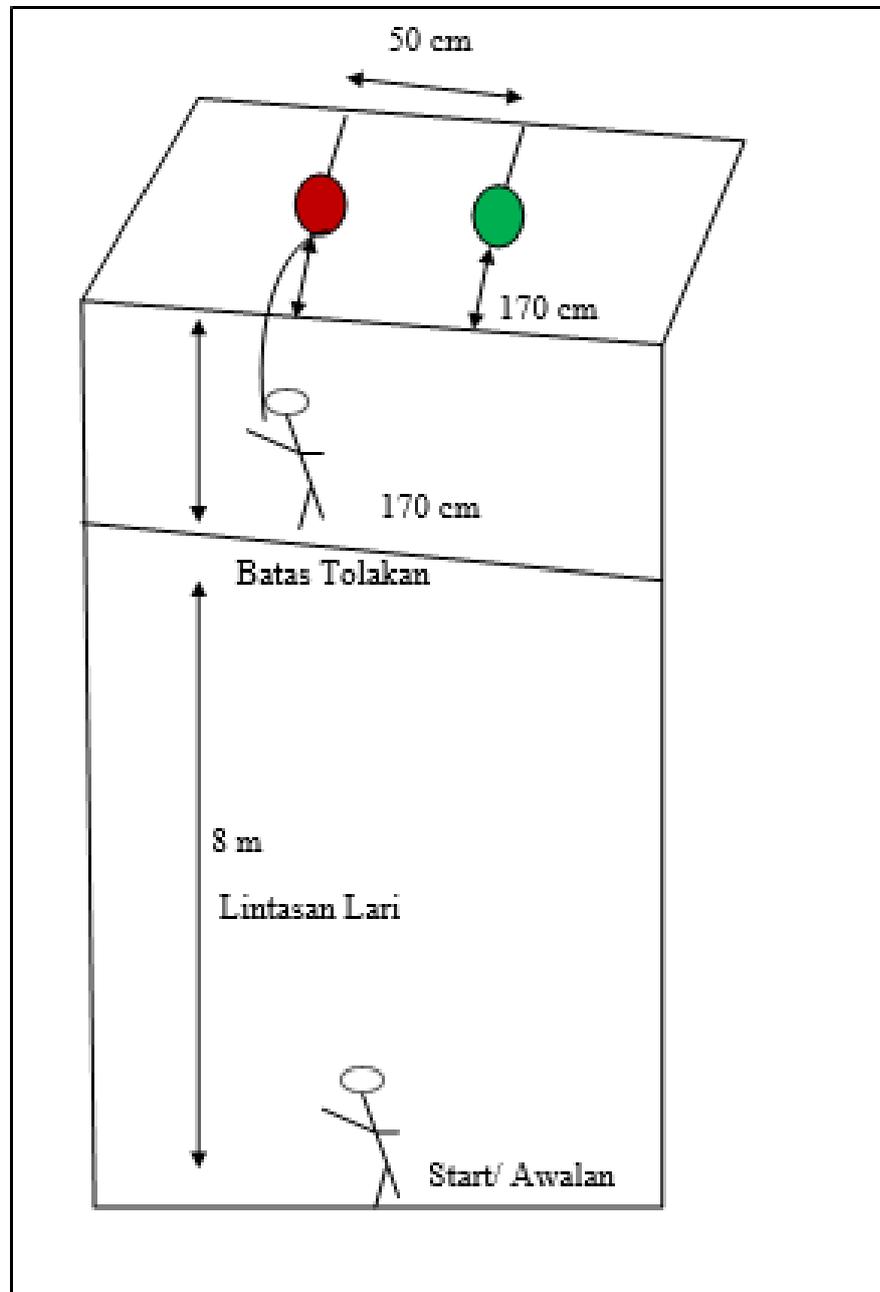
3. Kegiatan Penutup

Dalam kegiatan penutup, guru :

- Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan dan teknik dasar lompat jauh gaya menggantung menggunakan pendekatan permainan bola gantung.

E. Tahap Kegiatan Pembelajaran

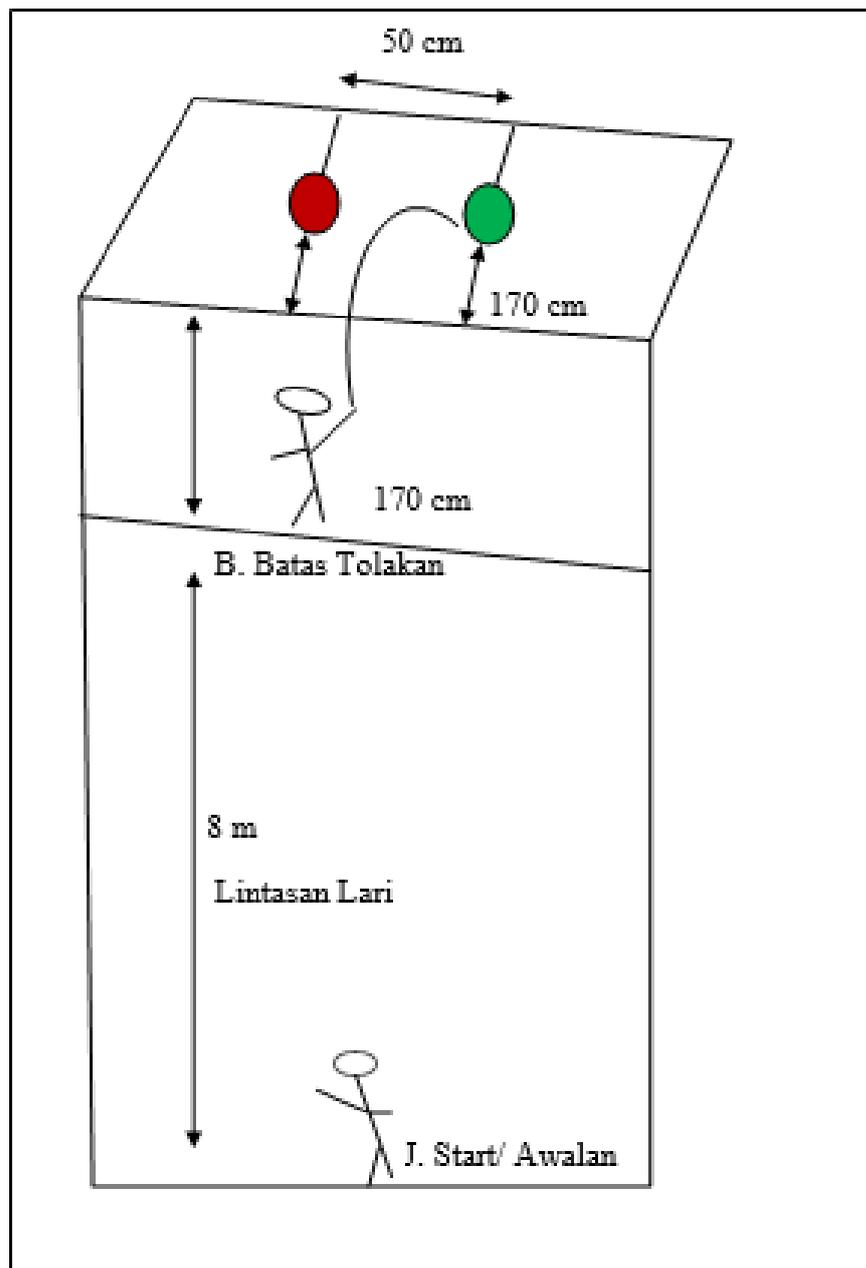
Tahap 1



Gambar 3.1 Modifikasi pembelajaran lompat jauh tahap 1

Pada tahap I siswa melakukan lompatan dengan awalan lari dari titik A kemudian pada titik B siswa melakukan tolakan sambil mengayunkan tangan kiri mengenai sasaran yaitu bola plastik yang digantung pada bilah bambu

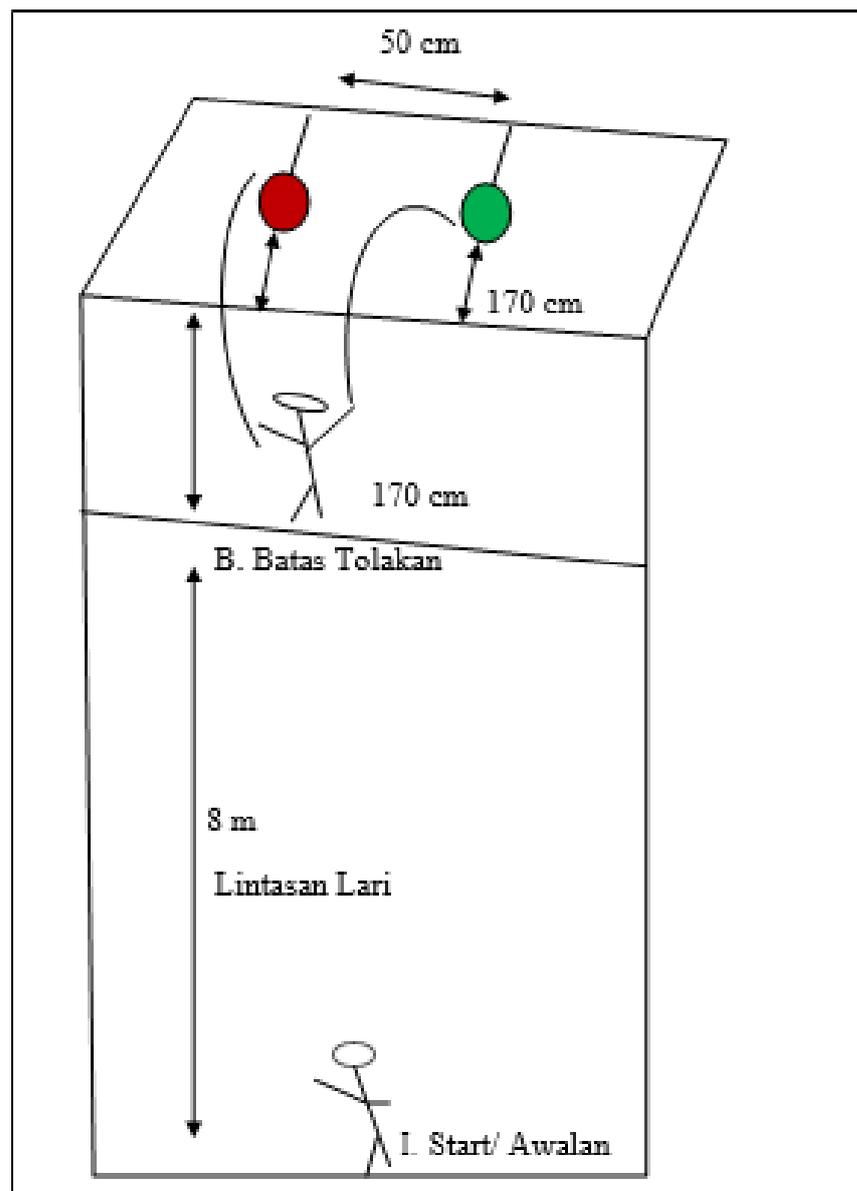
Tahap II



Gambar 3.2 Modifikasi pembelajaran lompat jauh tahap 2

Pada tahap II siswa melakukan lompatan dengan awalan lari dari titik A kemudian pada titik B siswa melakukan tolakan sambil mengayunkan tangan kanan mengenai sasaran yaitu bola plastik yang digantung pada bilah bambu

Tahap 3



Gambar 3.3 Modifikasi pembelajaran lompat jauh tahap 3

Pada tahap III siswa melakukan lompatan dengan awalan lari dari titik A kemudian pada titik B siswa melakukan tolakan sambil mengayunkan kedua tangan (tangan kiri dan kanan) mengenai sasaran yaitu dua bola plastik yang digantung pada bilah bambu.

F. Alat dan Sumber Belajar :

1. Buku Penjaskes Kelas XII
2. Lapangan lompat jauh
3. Bola plastik
4. Tali
5. Kesen/Papan Tolakan

G. Penilaian

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan gerakan dasar lompat jauh menggunakan bola gantung • Melakukan gerakan lompat ke sasaran bola gantung dengan tangan kanan • Melakukan gerakan lompat ke sasaran bola gantung dengan tangan kiri • Melakukan gerakan lompat jauh dengan awalan, tolakan, melayang dan mendarat ke sasaran bola gantung dengan kedua tangan 	<p>Test praktik</p> <p>Test pengamatan</p> <p>Test perorangan</p>	<p>Test Praktik</p> <p>Test pengamatan</p> <p>Test perorangan</p>	<p>Praktikanlah lompat jauh gaya jongkok menggunakan permainan bola gantung</p>

Bentuk Instrumen : Unjuk Kerja (penilaian proses)

Jenis Tagihan : Tes Pelaksanaan

Butir Instrumen : Melakukan Lompat Jauh

No	Nama	Awalan				Tolakan				Melayang				Pendaratan				Jml	N
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1																			
2																			

Prosedur Penilaian = (Jumlah dibagi instrumen penilaian) x 100

Walenrang, 21 September 2020

Mengetahui,

Kepala SMAS PGRI Walenrang

Guru Mata Pelajaran Penjas

SUNANDAR HASYIM, S.T.
NIP : 19650815 198608 2 001

RUDIANTO
NIM : 1685201028

Lampiran 6. Lembar Penilaian Siklus 1

No.	Nama Siswa	Aspek			Jumlah	Rata2	Keterangan
		Psikomotorik	Afektif	Kognitif			
1	Abdul Gangka	56	100	100	256	85	Tuntas
2	Aldiyan Pabeo	69	100	100	269	90	Tuntas
3	Nur Fajriah	88	100	60	248	83	Tuntas
4	Rio Febrian	100	80	100	280	93	Tuntas
5	Asrul	88	60	60	208	69	Tidak Tuntas
6	Muhammad Albi	88	60	100	248	83	Tuntas
7	Ihsan Ramadhan	100	80	100	280	93	Tuntas
8	Dainul Fitri	81	80	80	241	80	Tuntas
9	Jusram	69	80	80	229	76	Tuntas
10	Muh. Zubair	100	60	80	240	80	Tuntas
11	Suci Nur Bulan	50	80	60	190	63	Tidak Tuntas
12	Preti Sinta	63	80	60	203	68	Tidak Tuntas
13	Hafifid	69	60	40	169	56	Tidak Tuntas
14	Herdilla Putri	100	60	80	240	80	Tuntas
15	Andika P.	88	60	80	228	76	Tuntas
RATA-RATA		80,6	76	78,67	235,26	78,3	

Persentase Kelulusan Siswa :

Siswa yang tuntas = $11 / 15 \times 100\% = 73,3\%$

Siswa yang tidak tuntas = $4 / 15 \times 100\% = 26,6\%$

Lampiran 7. Lembar Observasi Siklus 1

NO	Indikator	Skor Penilaian					Jumlah Skor
		1	2	3	4	5	
1	Ketrampilan Membuka Pelajaran				4		4
2	Ketrampilan Menjelaskan Pelajaran				4		4
3	Ketrampilan Mengelola Kelas			3			3
4	Melaksanakan Pembelajaran Sesuai dengan RPP yang telah di susun				4		4
5	Ketrampilan Memberi motivasi			3			3
6	Ketrampilan Berinteraksi dengan Siswa			3			3
7	Ketrampilan Membimbing Mengarahkan Siswa				4		4
8	Ketrampilan Menetapkan Metode Pembelajaran yang Efektif			3			3
9	Ketrampilan Menggunakan Media dan Sumber Pelajaran				4		4
10	Ketrampilan Menutup Pelajaran				4		4
	Jumlah Skor Tiap Butir	0	0	12	24	0	36
	Total Skor	72					

Lampiran 8.RPP Siklus 2

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)
SIKLUS II**

Sekolah : SMAS PGRI Walenrang Kabupaten Luwu

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XII IPA-2 / Semester 1

Alokasi Waktu : 3 x 45 Menit

Standar Kompetensi :Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar :Mempraktikkan gerak dasar atletik yang dimodifikasi, lompat jauh serta nilai semangat, sportivitas, kerjasama, percaya diri dan kejujuran**)

A. Tujuan Pembelajaran :

1. Siswa dapat memahami gerak dasar lompat jauh
2. Siswa dapat melakukan lompat jauh gaya menggantung dengan teknik yang baik
3. Siswa dapat melakukan gerakan awalan yang benar
4. Siswa dapat melakukan gerakan tolakan yang benar
5. Siswa dapat melakukan gerakan melayang dan mendarat yang benar

B. Materi Ajar (Materi Pokok) :

2. Atletik / lompat jauh gaya menggantung

C. Metode Pembelajaran :

4. Materi dan Teori

5. Demonstrasi

6. Praktek

D. Langkah-langkah Pembelajaran :

4. Kegiatan Awal :

Dalam kegiatan Awal, guru melakukan : a

- Siswa dibariskan menjadi empat barisan
- Mengecek kehadiran siswa / Presensi
- Berdoa d. Menjelaskan kepada siswa tentang pembelajaran lompat jauh gaya menggantung menggunakan permainan bola gantung.
- Melakukan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti
- Mendemonstrasikan materi inti yang akan dilakukan/dipelajari

5. Kegiatan inti

Eksplorasi

- Melakukan gerak dasar teknik lompat jauh gaya menggantung menggunakan pendekatan permainan bola gantung.

Elaborasi

- Memfasilitasi peserta didik melalui pemberian tugas, diskusi, dan lain-lain untuk memunculkan gagasan baru baik secara lisan maupun tertulis.
- Memberi kesempatan untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut.

- Memfasilitasi peserta didik dalam pembelajaran kooperatif dan kolaboratif
- Memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar.
- Memfasilitasi peserta didik membuat laporan eksplorasi yang dilakukan baik lisan maupun tertulis, secara individual maupun kelompok
- Memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja individual maupun kelompok.
- Memfasilitasi peserta didik melakukan pameran, turnamen, festival, serta produk yang dihasilkan.

Konfirmasi

- Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

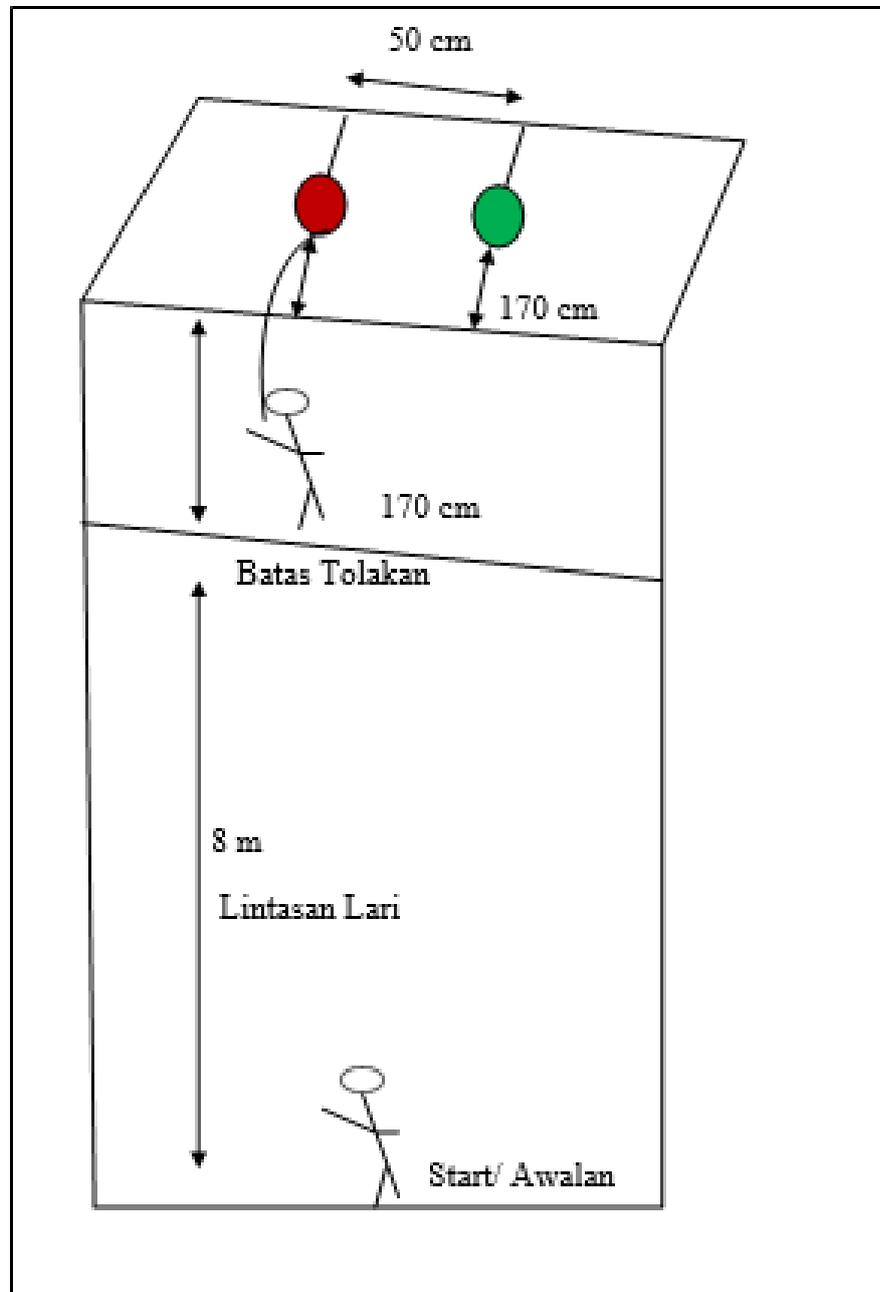
6. Kegiatan Penutup

Dalam kegiatan penutup, guru :

- Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan dan teknik dasar lompat jauh gaya menggantung menggunakan pendekatan permainan bola gantung.

E. Tahap Kegiatan Pembelajaran

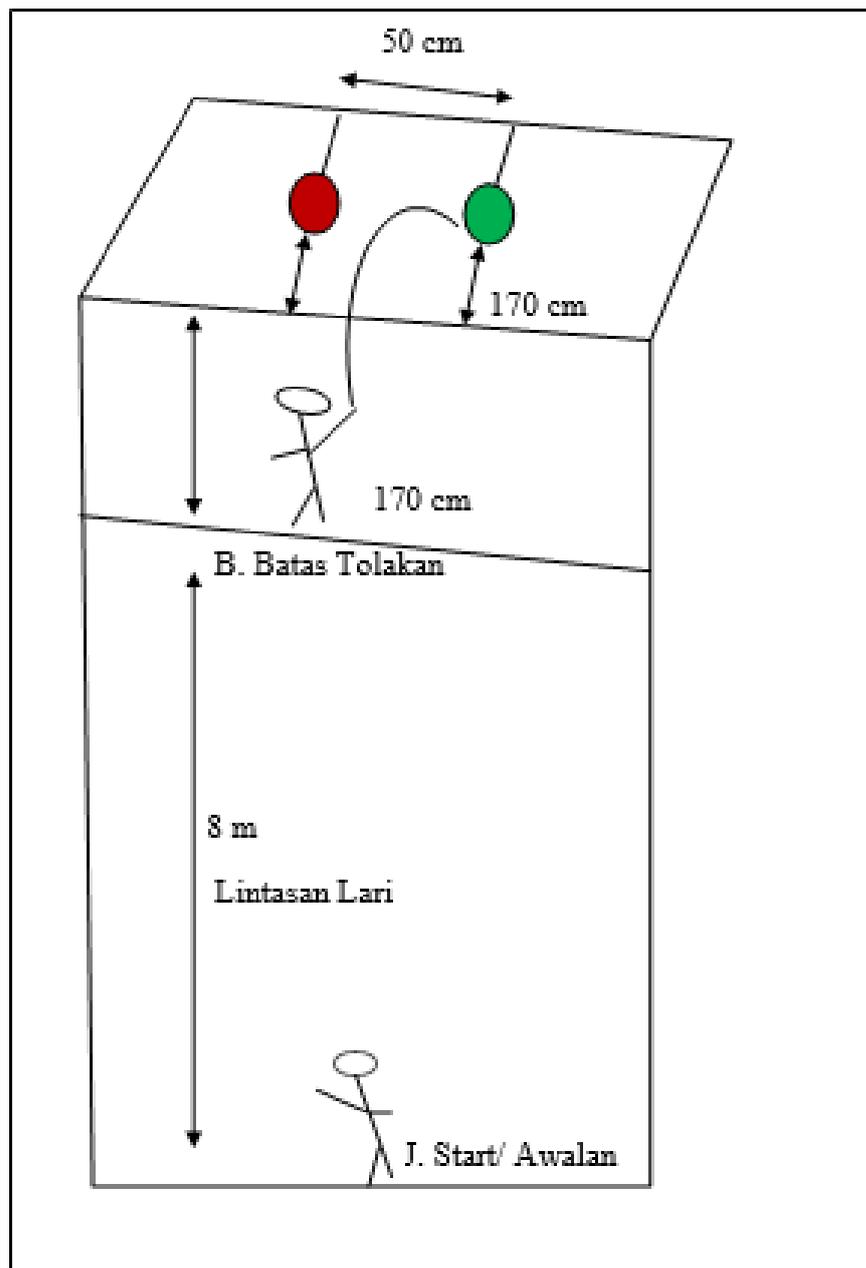
Tahap 1



Gambar 3.1 Modifikasi pembelajaran lompat jauh tahap 1

Pada tahap I siswa melakukan lompatan dengan awalan lari dari titik A kemudian pada titik B siswa melakukan tolakan sambil mengayunkan tangan kiri mengenai sasaran yaitu bola plastik yang digantung pada bilah bambu

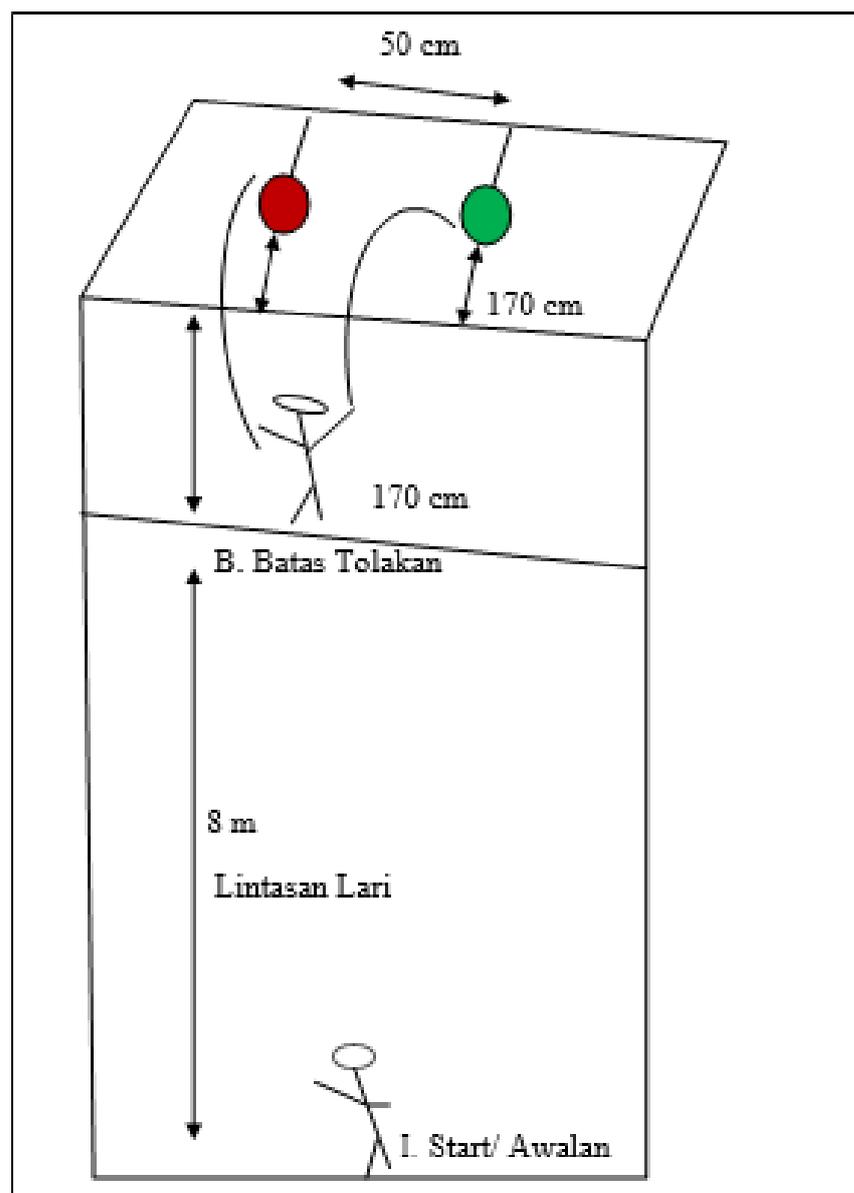
Tahap II



Gambar 3.2 Modifikasi pembelajaran lompat jauh tahap 2

Pada tahap II siswa melakukan lompatan dengan awalan lari dari titik A kemudian pada titik B siswa melakukan tolakan sambil mengayunkan tangan kanan mengenai sasaran yaitu bola plastik yang digantung pada bilah bambu

Tahap 3



Gambar 3.3 Modifikasi pembelajaran lompat jauh tahap 3

Pada tahap III siswa melakukan lompatan dengan awalan lari dari titik A kemudian pada titik B siswa melakukan tolakan sambil mengayunkan kedua tangan (tangan kiri dan kanan) mengenai sasaran yaitu dua bola plastik yang digantung pada bilah bambu.

F. Alat dan Sumber Belajar :

1. Buku Penjaskes Kelas XII
2. Lapangan lompat jauh
3. Bola plastik
4. Tali
5. Kesen/Papan Tolakan

G. Penilaian

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan gerakan dasar lompat jauh menggunakan bola gantung • Melakukan gerakan lompat ke sasaran bola gantung dengan tangan kanan • Melakukan gerakan lompat ke sasaran bola gantung dengan tangan kiri • Melakukan gerakan lompat jauh dengan awalan, tolakan, melayang dan mendarat ke sasaran bola gantung dengan kedua tangan 	<p>Test praktik</p> <p>Test pengamatan</p> <p>Test perorangan</p>	<p>Test Praktik</p> <p>Test pengamatan</p> <p>Test perorangan</p>	<p>Praktikanlah lompat jauh gaya jongkok menggunakan permainan bola gantung</p>

Bentuk Instrumen : Unjuk Kerja (penilaian proses)

Jenis Tagihan : Tes Pelaksanaan

Butir Instrumen : Melakukan Lompat Jauh

No	Nama	Awalan				Tolakan				Melayang				Pendaratan				Jml	N
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1																			
2																			

Prosedur Penilaian = (Jumlah dibagi instrumen penilaian) x 100

Walenrang, 28 September 2020

Mengetahui,

Kepala SMAS PGRI Walenrang

Guru Mata Pelajaran Penjas

SUNANDAR HASYIM, S.T.
NIP : 19650815 198608 2 001

RUDIANTO
NIM : 1685201028

Lampiran 9. Lembar Penilaian Siklus 2

No.	Nama Siswa	Aspek			Jumlah	Rata2	Keterangan
		Psikomotorik	Afektif	Kognitif			
1	Abdul Gangka	94	100	100	294	98	Tuntas
2	Aldiyan Pabeo	81	100	100	281	94	Tuntas
3	Nur Fajriah	88	100	80	268	90	Tuntas
4	Rio Febrian	100	80	100	280	93	Tuntas
5	Asrul	94	80	80	254	84	Tuntas
6	Muhammad Albi	89	70	100	259	86	Tuntas
7	Ihsan Ramadhan	100	80	100	280	93	Tuntas
8	Dainul Fitri	81	80	80	241	80	Tuntas
9	Jusram	92	80	100	272	90	Tuntas
10	Muh. Zubair	100	90	80	270	90	Tuntas
11	Suci Nur Bulan	83	80	90	253	84	Tuntas
12	Preti Sinta	90	80	90	260	86	Tuntas
13	Hafifid	89	80	80	249	83	Tuntas
14	Herdilla Putri	100	90	80	270	90	Tuntas
15	Andika P.	88	90	100	278	92	Tuntas
RATA-RATA		91,2	85,3	86,6	267,26	89,1	

Persentase Kelulusan Siswa :

Siswa yang tuntas = $15 / 15 \times 100\% = 100\%$

Siswa yang tidak tuntas = $0 / 15 \times 100\% = 0,00\%$

Lampiran 10. Lembar Observasi Siklus 2

NO	Indikator	Skor Penilaian					Jumlah Skor
		1	2	3	4	5	
1	Ketrampilan Membuka Pelajaran				4		4
2	Ketrampilan Menjelaskan Pelajaran				4		4
3	Ketrampilan Mengelola Kelas			3			3
4	Melaksanakan Pembelajaran Sesuai dengan RPP yang telah di susun				4		4
5	Ketrampilan Memberi motivasi			3			3
6	Ketrampilan Berinteraksi dengan Siswa			3			3
7	Ketrampilan Membimbing Mengarahkan Siswa				4		4
8	Ketrampilan Menetapkan Metode Pembelajaran yang Efektif			3			3
9	Ketrampilan Menggunakan Media dan Sumber Pelajaran				4		4
10	Ketrampilan Menutup Pelajaran				4		4
	Jumlah Skor Tiap Butir	0	0	12	24	0	36
	Total Skor	72					

Lampiran 11. Perbandingan Penilaian Siklus 1 dan Siklus 2

Penilaian rata-rata peserta didik pada siklus I dan II dapat diketahui dengan penilaian dari setiap aspek yaitu psikomotor, afektif, dan kognitif dalam pembelajaran siklus I dan siklus II.

Peningkatan hasil pembelajaran lompat jauh gaya menggantung melalui permainan bola gantung yang dilakukan oleh 15 siswa kelas XII IPA-2 dari ketiga aspek dapat diperoleh hasil dari tabel berikut :

Tabel 3.12. Perbandingan Hasil Belajar Siklus I dan Siklus II

No	Jenis Penilaian	Rata-rata Nilai	
		Siklus I	Siklus II
1	Psikomotor	77,68	84,15
2	Afektif	81,43	85,71
3	Kognitif	76,43	83,57

Berdasarkan tabel diatas pada pembelajaran siklus I terlihat bahwa hasil pembelajaran belum bisa maksimal dan banyak siswa yang belum tuntas KKM.

Lampiran 12. Hasil Kuesioner Siswa

NO	PERTANYAAN	JUMLAH SISWA		%	
		YA	TIDAK	YA	TIDAK
1	Apakah kamu melakukan pemanasan dalam bentuk bermain ?	28	2	93,3	6,7
2	Apakah kamu senang melakukan pemanasan sebelum lompat jauh ?	30	-	100	-
3	Apakah waktu pembelajaran Lompat Jauh kamu memperhatikan teknik yang diberikan guru ?	29	1	96,7	3,3
4	Apakah kamu senang melakukan perlombaan didalam melakukan Lompat Jauh ?	25	5	83,3	16,7
5	Apakah dalam pembelajaran kamu senang dengan menggunakan bola gantung ?	27	3	90	10
6	Apakah kamu tidak takut melakukan Lompat Jauh dengan menggunakan bol gantung ?	30	-	100	-
7	Apakah dalam pembelajaran Lompat Jauh kamu banyak melakukan gerak ?	28	2	93,3	6,7
8	Apakah kamu senang melakukan pendinginan dengan permainan ?	30	-	100	-
9	Apakah kamu bertanya kepada guru jika menemui hal yang belum dipahami ?	24	6	80	20
10	Apakah setelah melakukan pembelajaran Lompat Jauh kamu merasa senang ?	29	1	96,7	3,3
J U M L A H		280	20	933,3	66,7
RATA-RATA		28	2	93,3	6,7

Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian Siklus I



Gambar 1. Melakukan mediasi pembacaan doa sebelum memulai pembelajaran



Gambar 2. Penulis melakukan pemanasan yang diikuti oleh siswa



Gambar 3. Penulis melakukan pemanasan yang diikuti oleh siswa



Gambar 4. Siswa melakukan praktek lompat jauh dengan media bola gantung

Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian Siklus II



Gambar 5. Melakukan mediasi pembacaan doa sebelum memulai pembelajaran



Gambar 6. Penulis melakukan pemanasan yang diikuti oleh siswa



Gambar 7. Penulis melakukan pemanasan yang diikuti oleh siswa



Gambar 8. Siswa melakukan praktek lompat jauh dengan media bola gantung

Lampiran 14. Biodata Penulis**BIODATA PENULIS****A. Data Pribadi**

1. Nama Lengkap : Rudianto
2. Tempat Tanggal Lahir : Batusitanduk, 26 April 1999
3. Jenis Kelamin : Laki -laki
4. Alamat : Batusitanduk
5. Pekerjaan : Pelajar
6. E-mail : bullungs0597@gmail.com
7. Kontak Pribadi : +62 8514511319

B. Riwayat Pendidikan

1. Madrasah Ibtidayyah Batusitanduk (2004-2010)
2. Madrasah Tsanawayah Batusitanduk (2010-2013)
3. SMK 2 Palopo (2013-2016)
4. Universitas Muhammadiyah Palopo (2016-2020)

C. Pengalaman Organisasi

IMM (Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah) Palopo

Palopo, September 2020

Rudianto